

## SIT Graduate Institute/SIT Study Abroad SIT Digital Collections

---

Independent Study Project (ISP) Collection

SIT Study Abroad

---

Spring 2015

# Llama a tu abuela: mujeres cochabambinas en su tercera edad

Alexandra Ricks

*SIT Graduate Institute - Study Abroad*

Follow this and additional works at: [https://digitalcollections.sit.edu/isp\\_collection](https://digitalcollections.sit.edu/isp_collection)



Part of the [Family, Life Course, and Society Commons](#)

---

### Recommended Citation

Ricks, Alexandra, "Llama a tu abuela: mujeres cochabambinas en su tercera edad" (2015). *Independent Study Project (ISP) Collection*. 2129.

[https://digitalcollections.sit.edu/isp\\_collection/2129](https://digitalcollections.sit.edu/isp_collection/2129)

This Unpublished Paper is brought to you for free and open access by the SIT Study Abroad at SIT Digital Collections. It has been accepted for inclusion in Independent Study Project (ISP) Collection by an authorized administrator of SIT Digital Collections. For more information, please contact [digitalcollections@sit.edu](mailto:digitalcollections@sit.edu).

# Llama a tu abuela: mujeres cochabambinas en su tercera edad

por Alexandra Ricks

SIT Bolivia: Primavera 2015

Asesoras: Estela Mercado y Carmen Crespo

Directora académica: Heidi Baer-Postigo

### **Reconocimientos**

Quiero agradecer mucho a mis asesoras, Estela Mercado por hacerme siempre sentir bienvenida, tanto en las clases de UNI3 como en su casa y a Carmiña Crespo, por su apoyo moral y sus consejos, siempre sabios. Agradezco a la directora académica de mi programa, Heidi Baer-Postigo, por apoyarme a seguir adelante con esta idea de ISP, a Paty y a Antonio. Además, quiero agradecer a mis familias—Cochabambina y Estadounidense—por apoyarme en mis momentos de dificultad y frustración. Finalmente, mi mayor agradecimiento es para mis participantes, de la UNI3, de la Asociación Cochabambina de la Tercera Edad, del Hogar Luz, del Hogar San José, del Asilo de Ancianos Buen Pastor y del Departamento de la Protección del Adulto Mayor de Cochabamba. Sin ellos, este proyecto no existiría, pues, les agradezco por ser abiertos conmigo, compartiendo sus necesidades y sus vidas.

## Índice

I.	Resumen.....	4
II.	Introducción.....	6
III.	Revisión de la literatura.....	8
IV.	Metodología.....	14
V.	Análisis de las respuesta.....	20
	a. La familia.....	20
	b. La comunidad de adultos mayores.....	24
	c. La salud.....	26
	d. La seguridad económica.....	28
	e. Otros temas.....	30
	f. Conclusiones.....	31
VI.	Bibliografía.....	34
VII.	Apéndices.....	37
VIII.	Contactos.....	49

**Resumen**

Esta investigación intenta clarificar las perspectivas de las mujeres de la tercera edad en Cochabamba, Bolivia, sobre cuáles son sus necesidades para tener una tercera edad exitosa y en qué medida, estas necesidades importantes son satisfechas. Para este fin, hice entrevistas formales con 18 mujeres cochabambinas de la tercera edad y seis directores de organizaciones privadas y públicas que trabajan con la tercera edad, averiguando sus ideas sobre lo que se necesita para una buena vejez. Además, utilicé mi diario de campo para complementar las entrevistas con observaciones que hice durante las actividades sociales de grupos de la tercera edad. Con estos métodos, analicé las respuestas, por tema, con la intención de encontrar patrones entre las necesidades que mencionaron los participantes. Las respuestas indican como resultado que mis participantes valoran más los factores sociales (la familia y la comunidad de adultos mayores) que los aspectos fisiológicos o económicos (la salud y la seguridad económica).

*Palabras claves: tercera edad, necesidades, calidad de vida*

**Abstract**

This investigation intends to clarify the perspectives of older women in Cochabamba, Bolivia about what their needs are to have a successful old age and to what extent those important needs are satisfied. To this end, I conducted formal interviews with 18 older women in Cochabamba and six directors of public and private organizations that work with older people, learning about their ideas about the necessities for a good old age. Furthermore, I used my work journal to supplement the interviews

with observations that I made during social activities of groups of older people. Using these methods, I analyzed their answers with the intention of finding patterns between the needs that the participants mentioned. The answers indicate as a response that my participants value the social factors (family and the community of older people) more than the physiological and economic aspects (health and financial security).

*key words: old-age, needs, quality of life*

## Introducción

El envejecimiento es uno de los hechos de la vida, y como tal, es crucial entender qué es lo que hace que la vejez sea buena, para que esta etapa de la vida pueda ser una culminación feliz de una larga vida. Como en Bolivia la población de personas mayores está creciendo rápidamente, con una previsión del 23 por ciento de la población en 2050, el tema de la tercera edad es aun más relevante (HelpAge International, 2015). Por lo tanto, este proyecto de ISP<sup>1</sup> trata de clarificar un poco la cuestión de qué es una buena tercera edad con un pequeño grupo de personas: mujeres mayores de edad en el Cercado-Cochabamba, Bolivia. Este informe intenta presentar las perspectivas de las mujeres sobre cuáles son sus necesidades para tener una feliz tercera edad y representar en qué medida, ellas consideran que estas necesidades son satisfechas. La meta es divulgar una perspectiva menos escuchada a fin de que la sociedad y los cuidadores de adultos mayores puedan entender mejor las necesidades desde la perspectiva de los adultos mayores mismos.

El dato que destaca la importancia de este tema es que la población de adultos mayores creció seis por ciento entre los censos de 2001 y 2012 para llegar a un 6,12% de la población (Instituto Nacional de Estadística [INE], 2012, p. 8), con una población de adultos mayores, en Cochabamba, aún más grande (INE, 2001). Por suerte, para esta gran población de adultos mayores, Bolivia tiene leyes de apoyo y protección a la tercera edad que son las mejores de la región de Latinoamérica (HelpAge International, 2015).<sup>2</sup> Por ejemplo, está la Ley 3791 de la Renta Universal de la Vejez (o Renta Dignidad) que

---

<sup>1</sup> “Independent Study Project” o Proyecto de investigación independiente

garantiza un bono mensual, la Ley 3323 de Seguro de Salud para el Adulto Mayor (o SSPAM) que provee seguro de salud gratis, la Ley 1886 de Derechos y Privilegios para los Adultos Mayores que enumera los derechos específicos de los mayores de edad y varios artículos (67, 68 y 69) de la Nueva Constitución Política que prohíben el maltrato del adulto mayor (Los Tiempos, La familia, 2012).

Sin embargo, a pesar de todas estas leyes bien intencionadas, los adultos mayores siguen enfrentando problemas. Como describen Cecilia Salazar de la Torre, María Dolores Castro Mantilla y Mauricio Medinaceli Monrroy (2011), no siempre se cumple con las leyes por “grandes obstáculos generados por la institucionalidad débil, la limitada infraestructura, el poco conocimiento de normas y leyes y la falta de capacidad técnica de algunas autoridades locales, regionales y nacionales” (p. 9). Por ejemplo, Mercedes Zerda (2004) enfatiza el hecho de que hay mucha gente mayor que no está inscrita para recibir su Renta Dignidad (p. 19), algo que Los Tiempos (La familia, 2012) atribuye a la falta de documentación de identificación entre los adultos mayores. Además, la organización HelpAge International (2015) explica que solo el 56.9% de los adultos mayores urbanos tiene seguro de salud (p. 1), a pesar del SSPAM. No ayuda a la situación, el que las instituciones del gobierno y las ONGs que prestan atención al adulto mayor son pocas y no pueden atender a la gran mayoría de los mayores (Zerda, 2000, p. 7; OISS, 2006, 27). Finalmente, los adultos mayores reciben discriminación económica, con un porcentaje de pobreza más alto que el de la población en general (Zerda, 2005, p. 20), y social, por los estereotipos negativos sobre la vejez (Zerda, 2000, p. 3; Valencia Achá, 2012). Estos retos que enfrenta la población mayor de edad demuestran que,



aunque ya existen buenas leyes, el tema de las necesidades de los mayores merece y requiere más atención e investigación.

En nuestra entrevista, la Directora del Departamento de Protección del Adulto Mayor de la Alcaldía de Cochabamba dijo “el envejecimiento es un problema social que no se puede parar, por eso es necesario que sea una prioridad” (María Elena Valencia Ordoñez, 20/4/2015). Esta cita prueba la importancia de esta investigación, porque no se puede solucionar ningún problema sin entenderlo. Obviamente, la existencia de las leyes demuestra que los problemas del adulto mayor, ya son de interés en Bolivia, pero por la falta de implementación, son algo que necesita más atención. Por ultimo, el crecimiento de la población de los adultos mayores llevará el tema del adulto mayor a todo lado, y será aún más importante para todo boliviano, entender las necesidades de los adultos mayores. No se puede negar la relevancia de este tema y, por eso, esta investigación contribuirá a un campo de investigación extremadamente importante, en esta época, en Bolivia.

### **Revisión de la literatura**

Así que hay varias investigaciones sobre el tema de la buena tercera edad, es necesario revisarlas para que el lector tenga el contexto sobre este campo académico. Los temas relacionados con esta investigación son los estudios sobre lo qué es una buena tercera edad, las investigaciones sobre la calidad de vida en la tercera edad, las obras que tratan de la heterogeneidad de experiencias de las personas mayores y los estudios sobre la tercera edad, específicamente, en Latinoamérica y Bolivia.

Uno de los objetivos principales de este informe es entender las ideas de las mujeres mayores cochabambinas mismas, sobre cuáles son los factores importantes para vivir bien en su tercera edad; esta investigación forma parte de una serie de estudios que, como Rócio Fernández-Ballesteros, Luis F García, Digma Abarca et. al. (2010) lo describen, “examinan cómo adultos mayores... definen, describen o perciben el envejecimiento exitoso, o cuáles son los ingredientes del ‘envejecimiento bueno’” (p. 42).<sup>3</sup> Es importante enfatizar que mi estudio es similar a las investigaciones sobre perspectivas *no-expertas*. Ann Bowling (2007) explica que hay varias ideas profesionales, como, “modelos biomédicos que mayormente enfatizan la función física y mental... y modelos socio-psicólogos que enfatizan la función social, satisfacción de la vida y recursos psicológicos, como envejecimiento exitoso” (p. 1).

Por otro lado, hay varios estudios que toman en cuenta la perspectiva de los no-expertos, mayormente los adultos mayores mismos, y estos son los que aparecen en este estudio. Algunos de estos concluyen que los factores fisiológicos son los más importantes en la tercera edad, como el de Tess Knight y Lina Ricciardelli (2003) que concluye que los adultos mayores valoren más la salud y la actividad (p. 237). Además, hay otros investigadores que dicen que los adultos mayores valoran una mezcla de los aspectos fisiológicos, los financieros, los sociales y los psicológicos. Por ejemplo, las obras de Robert Tate, Leedine Lah y T. Edward Cuddy (2003), de Ann Bowling y Paul Dieppe (2005) y de Elizabeth Phelan, Lynda Anderson, Andrea Lacroix y Eric Larson (2004), que dicen que “la definición de envejecimiento exitoso de los adultos mayores es multidimensional, incluyendo la salud física, funcional, psicológica y social” (p. 1). Por

---

<sup>3</sup> traducciones mías

otra parte, hay estudios que concluyen que los adultos mayores valoran los aspectos sociales y psicológicos más que los aspectos fisiológicos o financieros. Por ejemplo, Carol Ryff (1989) explica que su estudio mostró que los adultos mayores valoran más “una ‘orientación a los otros’ [siendo una persona cariñosa y compasiva y teniendo relacionamientos buenos]” (p. 1). Similarmente, una investigación de Eszter Majercsik (2005), evaluando la validez de la famosa pirámide de necesidades de Abraham Maslow (1968)<sup>4</sup> para los adultos mayores, indica que la pirámide se invierte para los adultos mayores quienes valoran sus necesidades sociales y psicológicas más que las necesidades fisiológicas. Es importante tener este contexto de las obras anteriores a mi estudio y, como será aparente más tarde, el ultimo grupo de estudios—los que concluyeron que los adultos mayores valoran más lo social—coinciden muy bien con los resultados de esta investigación.

En segundo lugar, aunque el enfoque de esta investigación es la identificación de las necesidades de las mujeres cochabambinas de la tercera edad, también trata de cuán satisfechas están estas necesidades que identificaron; el campo de investigación en el que se centra esta pregunta es el de los estudios de “calidad de vida.” El concepto de calidad de vida es muy discutido; los académicos no están de acuerdo en lo qué significa ni cómo medirlo (Hyde et. al., 2003, p. 186), y, por eso, existen varias pruebas distintas, para evaluar la calidad de vida, como indicadores de salud, de la psicología, del contexto social-ambiental, de la opinión subjetiva del sujeto y de satisfacción de necesidades

---

<sup>4</sup> En su obra famosa, *Towards a Psychology of Being* (*Hacia una psicología de ser*), Maslow explica que los humanos tienen una “pirámide de necesidades” y que necesitan satisfacer las necesidades más básicas antes de pensar en las otras. Las necesidades son [de abajo a arriba]: fisiológicas, de seguridad, de aceptación social, de autoestima y de auto-realización.

humanas (Bowling, 2005, 9). Esta investigación se parece más a este ultimo grupo—el de las medidas de calidad de vida como la satisfacción de las necesidades humanas—porque los participantes de mi estudio ya habían identificado las necesidades de los adultos mayores y después evaluaron estas necesidades en sus propias vidas. Los modelos de “percepción de la satisfacción de necesidades,” explica Ann Bowling (2005), aceptan como un hecho que la satisfacción de las necesidades humanas son la clave para la calidad de vida y, por lo tanto, equipara el alcance de satisfacción de las necesidades con la medida de calidad de vida (p. 15). Algunos estudios que usan este método son Stephen McKenna, Lynda Doward, Jordi Alonso, et al (1999), J O Hörnqvist (1982) y Martin Hyde, Richard Wiggins, Paul Higgs y David Blane (2003), quien, por ejemplo, estudia los factores de control, autonomía, auto-realización y placer en las vidas de los adultos mayores. Es importante darse cuenta de que, lo que diferencia mi investigación de estas otras es que en estas otras, el investigador identificó las necesidades y, los participantes sólo respondieron con su percepción de la satisfacción de esta necesidad, en su vida; en contraste, en mi estudio, los participantes identificaron a la vez, las necesidades e indicaron su nivel de satisfacción con estas necesidades. Este método hace que las necesidades realmente indiquen lo qué es importante para la calidad de vida de mis participantes. Sin embargo, es igualmente importante tomar en cuenta las críticas a mi método, lo que Bowling (2005) hace, explicando que el método de percepción de satisfacción de necesidades humanas puede ser muy influenciado por comparaciones sociales de los participantes (p. 16). A pesar de todo, es necesario entender el lado bueno, el lado malo y los antecedentes de mi método.

Tercero, el contexto de esta investigación es que, en los estudios de las necesidades de los adultos mayores y de la calidad de vida, hay una creencia común que la cultura no afecta a estos conceptos (Litwin, 2005). Por ejemplo, Fernández-Ballesteros, et. al (2010) argumentan que “los factores claves como la salud y los componentes psicólogos y sociales del envejecimiento exitoso, constituyen una conceptualización casi universal” (p. 54). Aunque para esta investigación no hubo los recursos para conducir un estudio multi-cultural, sería muy interesante hacer un estudio que pruebe, esta idea, en el contexto de Bolivia. A pesar de todo, hay varias obras que apoyan la idea de que el contexto cultural que varía en diferentes lugares, sí, tiene un efecto en las ideas sobre las personas adultas mayores a los ojos de otros y de sí mismos. Por ejemplo, Jasmin McConatha Frauke Schnell, Karin Volkwein, et. al. (2003) argumentan que las ideas sobre las personas mayores son “diferencias social y culturalmente construidas; son reforzadas por un sistema de valores culturales” (p. 206), esta es una idea que apoyan Carolyn Yoon, Lynn Hasher, Fred Feinberg et. al (2000). Además, Nora O'Brien-Suric (2011) explica cómo las ideas culturales sobre la vejez afectan a la auto-percepción de los adultos mayores (p. 53). Es muy importante entender que éste es el contexto en el que todas las ideas de las mujeres mayores en Cochabamba forman sus ideas.

Por lo tanto, es crucial clarificar un poco cuáles son las ideas sobre la tercera edad en Bolivia y en Latinoamérica. Infelizmente, hay relativamente pocas investigaciones sobre las percepciones de la tercera edad en estos lugares. Incluyo las percepciones de Latinoamérica en general porque, como Susan De Vos (1986) explica, “las cosas en común, como la herencia cultural, la periferización económica y los patrones materiales justifican el estudio de los países [latinoamericanos] como un grupo” (p. 2), y es útil

entender los valores del continente mayor porque hay una falta de obras, específicamente, sobre Bolivia. Las obras que sí existen sobre las percepciones de la tercera edad, en Bolivia, son casi todas financiadas por una organización no-gubernamental internacional llamada HelpAge International. Estas incluyen la obra de Salazar de la Torre, et. al. (2011) y la obra de Zerda (2004). Por ejemplo, Zerda (2004) describe con más detalle las percepciones que se tienen sobre la tercera edad en Bolivia, especialmente en las poblaciones más pobres; explica que, especialmente en las comunidades más urbanas, los adultos mayores mismos creen en los estereotipos de los adultos mayores como débiles (p. 37) y tristes (p. 38). Además, incluye un análisis de la importancia de reciprocidad entre familias y como esto se manifiesta en el cuidado de los adultos mayores por familiares, en las áreas rurales (p. 89). Aunque esta información es muy interesante, por la diversidad de Bolivia, no es tan relevante.

Las obras sobre la relevancia de la cultura en las perspectivas de la tercera edad en general son muy aplicables en Bolivia, porque es un país tan diverso con tanta desigualdad. Salazar et. al (2011) explica la situación:

“la heterogeneidad de la población adulta mayor y las diferencias y desigualdades persistentes [son] vinculadas con la situación socio económica, la pertenencia étnica, la residencia urbano rural, las diferencias regionales (valles, altiplano, tierras bajas, Chaco), y culturales, las identidades de género y generacionales” (p. 14).

Por lo tanto, hay muchos factores que afectan las perspectivas de los adultos mayores, como la clase socioeconómica, la edad, el género, el estatus del matrimonio, la religión, la educación etc. Algunas de las obras que tratan esta diversidad de perspectiva y experiencia son las de Obrien-Suric (2011), McConatha et. al. (2003), de Vos (1986) y la de las Naciones Unidas (2005). Las obras sobresalientes de este grupo son las de Richard Johnson (2008) y Cecilia Salazar, Elizabeth Jiménez y Fernanda Wanderley (2010),

quienes describen los efectos de los cambios sociales recientes, como la migración femenina y el trabajo femenino, en el cuidado de los adultos mayores; estos cambios demuestran cómo las variables que afectan este campo están constantemente cambiando. La existencia de todas estas variables significa que sólo dentro del país de Bolivia y sólo en la ciudad de Cochabamba, puede existir mucha diversidad de opinión sobre el tema de las necesidades de la tercera edad.

Esta diversidad de experiencia en Bolivia significa que otras poblaciones de adultos mayores (de clases económicas diferentes, de áreas rurales etc.) probablemente tienen perspectivas muy diferentes a las perspectivas de mis participantes quienes son mujeres urbanas. Es importante entender que, aunque los resultados de mi investigación destaquen la importancia de las necesidades sociales, como escribe Majercsik (2005), “las necesidades de subsistencia ya han sido más o menos satisfechas” (p. 172) para los participantes de mi investigación. Al contrario, esta no es la realidad de toda Bolivia, por causa de la desigualdad económica. Por ejemplo, Zerda (2004) describe cómo “al año 2000, solamente el 19.9% de la población mayor de 60 años en el país contaba con renta por concepto de jubilación, es decir, el 80.1% no percibe renta” (p. 17). Todo esto quiere decir que, debido a que los participantes de este estudio no representan a la población de Bolivia, es imposible saber si su enfoque en las necesidades sociales y psicológicas se debe a su situación material. Para entender las necesidades de los adultos mayores en Bolivia, un estudio más amplio sería necesario. Sin embargo, las perspectivas de las mujeres urbanas cochabambinas de la tercera edad son importantes, de todas maneras.

## **Metodología**

En esta investigación cualitativa sobre las ideas de las mujeres cochabambinas, sobre sus necesidades para tener una buena tercera edad, la principal herramienta de investigación fue la entrevista personal, cara-a-cara. Lo bueno de la entrevista es que permite que las mujeres representen sus situaciones con sus propias palabras y compartan sólo información que quieren compartir. Hice las entrevistas con una (o, raramente, dos) personas para que se sintieran lo más cómodas, posible. Durante las entrevistas mi estrategia fue dejarles hablar mucho más que yo e hice preguntas para guiar la conversación para que, al final, tuviera toda la información que necesitaba pero yo no controlara demasiado la conversación. De esta manera, pude obtener la información que necesitaba con la menor influencia posible, sobre la conversación. Además, mis preguntas de entrevista cambiaron después de ocho entrevistas, porque hice una validación de las preguntas después de cuatro entrevistas y, primero, me di cuenta de que las mujeres mayores mismas no contestaron con detalle a las preguntas explícitamente sobre “el cuidado.” Como ya habían respondido más sobre sus necesidades en la tercera edad para vivir bien y, como quería que mi investigación fuera lo mas colaborativa posible, cambié el enfoque del proyecto para reflejar mejor los intereses de los participantes. Así llegué al enfoque en las necesidades, en mis preguntas.<sup>5</sup> El segundo resultado de mi validación es que cambié las preguntas a ser más accesibles en su vocabulario.

Al inicio, mi propósito era sólo usar la entrevista, pero, como pasé mucho tiempo con las mujeres, en sus clases y en sus lugares de residencia, me sentí cómoda haciendo algunas observaciones para apoyar a las entrevistas. Hice las observaciones en clases de

---

<sup>5</sup> Ver las preguntas en el apéndice 2



organizaciones de la tercera edad, en las casas de las personas a quienes entrevisté y en los hogares y asilos de los adultos mayores. Mi intención, al usar el método de observación, es solamente complementar, no reemplazar, la información que compartieron conmigo, las participantes. El valor de las observaciones es que pueden dar ejemplos concretos de las palabras de las mujeres. Para documentar mis observaciones, tomé notas en mi diario de campo, después de cada encuentro con un participante o evento con personas de la tercera edad. Respecto a las observaciones, traté de observar de la manera más objetiva que pude y escribir lo que veía antes de hacer ninguna interpretación; sin embargo, sé que mi perspectiva es inmutablemente subjetiva y, además, es posible que mi presencia en los espacios de la tercera edad (como una persona joven) alterara lo que sucedió en estos lugares. Por eso, aunque la observación fue una herramienta útil, di más peso a la información de las entrevistas durante el proceso de análisis cualitativo.

En total, hice 25 entrevistas durante casi tres semanas de investigación. 18 de las entrevistas fueron con mujeres mayores, 6 fueron con directores de programas, hogares o departamentos gubernamentales que trabajan con adultos mayores (además, asistí a una presentación al público, de un hogar para adultos mayores) y una fue con la cuidadora de un adulto mayor, en su familia. Mi plan original fue entrevistar a muchos más cuidadores de adultos mayores pero, como cambió el enfoque de mi proyecto del cuidado de los adultos mayores hacia las perspectivas de los adultos mayores mismos, decidí concentrar mis esfuerzos en encontrar contactos de la tercera edad.

Más específicamente, hice mis entrevistas con mujeres entre 63 y 86 años de edad, con una media de 73 años de edad. Aunque todas de las mujeres viven en el

Cercado-Cochabamba ahora (una área urbana), sólo tres nacieron en el Cercado, dos son de las provincias del departamento de Cochabamba y 13 son de otros departamentos de Bolivia. Con respecto a sus ocupaciones, todas mis participantes se han jubilado.

Además, con referencia a su estado civil, sólo una de las mujeres es casada, cuatro son divorciadas, cuatro son solteras y nueve son viudas. Finalmente, una vive con su esposo, cinco viven con sus hijos, siete viven solas y cinco viven en hogares/asilos de ancianos.

Para encontrar a las participantes mujeres mayores de edad, intenté encontrar mujeres en situaciones de vivencia diferente y afiliaciones con organizaciones diferentes, para tener más variedad de perspectiva. El primer grupo de personas con quien hablé son las que pasan clases para personas de la tercera edad. Conocí a cuatro de las mujeres en la Universidad Abierta para Adultos Mayores- Cochabamba, o la UNI3, un grupo dedicado a la salud y la educación no-formal para los adultos mayores a través de charlas, talleres, excursiones y clases de ejercicio. Asistí a talleres de teatro y ejercicios osteomusculares y participé en una de las excursiones para conocer la organización y a los participantes.

Otro grupo con metas un poco similares es la Asociación Cochabambina de la Tercera Edad. Entre otras actividades, la Asociación organiza clases y actividades para adultos mayores que suceden en los edificios de la alcaldía; conocí a seis de las mujeres durante la clase de fisioterapia, el taller de ejercicios fisioterapéuticos y el taller de manualidades. La segunda categoría de personas mayores a quienes entrevisté, son mujeres que viven en asilos y hogares. Entrevisté a dos mujeres que viven en el Hogar Luz, un hogar privado que provee cuidado para personas quienes tienen necesidades que sus familias no pueden darles; lo importante sobre el Hogar Luz es saber que, aunque los internos no pueden vivir con sus familias, el Hogar hace que la familia firme un contrato para mantener

contacto y visitarlos. Por otro lado, entrevisté a tres mujeres que viven en asilos públicos. Hay dos hogares públicos en Cochabamba, el Asilo de Ancianos Buen Pastor y el Hogar San José; los dos son manejados por hermanas religiosas y reciben apoyo del gobierno para cuidar de los adultos mayores que mayormente no tienen familia y han llegado a estos lugares después de vivir en la calle (entrevista a Cecilia Modragón P., 4/5/2015). Por último, entrevisté a algunas mujeres que no forman parte de ninguna de estas organizaciones; aunque sí, están afiliadas a organizaciones sociales o de adultos mayores, no las encontré a través de su afiliación, sino por contactos personales que tengo.

Es más, entrevisté a los directores de estas organizaciones y otros; tuve entrevistas con el director de la Asociación Cochabambina de la Tercera Edad, la directora de UNI3, la vice-Madre Superiora del Hogar San José, la secretaria del Asilo de Ancianos Buen Pastor y la administradora del Hogar Luz. Además, entrevisté a la directora del Departamento de Protección del Adulto Mayor de la Alcaldía de Cochabamba. Finalmente, fui a una presentación de los administradores del Centro de Rehabilitación Geronto Geriátrica Integral (CEREGGER), una clínica y hogar privado. Con todas estas entrevistas, y el apoyo de mis observaciones, hice mi análisis.

Antes de exponer este análisis, es importante reconocer que hay algunos sesgos con la metodología de esta investigación. Creo que el primer problema es cómo hice las entrevistas; casi la mitad de las entrevistas sucedió en un lugar público después de un taller. Por eso, estas entrevistas fueron muy apuradas y no fue un ambiente muy cómodo. Segundo, tengo que reconocer que mi información no está completa con respecto a la segunda pregunta sobre la calidad de vida. Como había preguntado a las participantes, sobre sus necesidades, la mayoría también contestó con su evaluación del nivel de

satisfacción de estas necesidades en un proceso muy natural. Sin embargo, no todas las mujeres me dieron esta información, entonces no tengo las respuestas de todas.

Por último, hay algunas fallas sobre a quién entrevisté. Uno de estos errores es que casi todas mis participantes son parte de un grupo social para adultos mayores, pero Zerda (2004) menciona que el 2000 “sólo el 2% de la población mayor de 60 años [pertenecía] a un grupo de personas de edad que se reúne con fines de socialización” (p. 7). El efecto de esto puede ser que mis participantes hayan tenido una predisposición a decir que su grupo o comunidad de adultos mayores es algo muy importante para ellos y no tengo la perspectiva de las personas que no forman parte de un grupo, para poder comparar. Otro problema relativo a quién entrevisté es que me enfoqué en la población de mujeres mayores, urbanas. Aunque sí representan una mayoría de la población de adultos mayores—53% (Zerda, 2002, p. 3)—y ciudadanos, representan una mitad de la población (Zerda, 2004, p. 19), la población de mujeres mayores ciudadanas es una pequeña parte de la población de adultos mayores bolivianos. El último, y el mayor problema con la población de mis participantes es que, como explico arriba, con la diversidad de experiencia y la desigualdad de la situación económica, mis participantes, quienes casi todas tienen sus necesidades materiales satisfechas (o por su propia situación económica o por el cuidado del asilo público), no representan todas las perspectivas de todo Boliviano mayor. Además, es difícil saber si mis participantes rechazan la importancia de lo económico por su propia situación económica o si es un rasgo general de la población de adultos mayores. Por eso, habría sido mejor si esta investigación hubiera tenido un grupo de participantes en situaciones económicas más diversas. Sin

embargo, lo más importante es tomar estos problemas en cuenta y no sacar conclusiones sin pensar en lo que le falta a esta investigación.

### **Análisis de las respuestas**

Durante mis entrevistas, las mujeres respondieron con sus ideas de lo qué necesitan para tener una tercera buena edad. He identificado los temas más comunes y analizado cada uno, junto con un análisis de la cuestión de la calidad de vida, o, cuánto, piensan ellas, que sus necesidades más importantes, están satisfechas. Durante todas las entrevistas, tanto con los directores de organizaciones como con las mujeres mayores mismas, los temas más comunes que mencionaron como necesidades importantes en la tercera edad fueron: la familia (mencionado 17 veces), la comunidad de adultos mayores (10 veces), la salud (6 veces) y la seguridad económica (5 veces). Otros temas que algunos participantes mencionaron son la religión, el respeto de la sociedad en general, el aprendizaje y sentirse útiles.

#### **La Familia**

El tema sobresaliente de esta investigación es la familia. 17 de los 25 entrevistados dijeron que es una necesidad clave para tener una buena tercera edad y varios insistieron en que es la única cosa que importa. Un participante representó esta pasión por la familia con sus citas “lo único, lo máximo que importa es la familia” y “necesito tener familia para tener vida,” y esta mujer se mudará a La Paz este mes para

estar con su hijo aunque sabe que la altura puede tener malos efectos en su salud (Graciela Guzmán Campuzano, 1/5/15). Igualmente, la importancia es evidente en las políticas de algunas de las organizaciones a las cuales entrevisté; por ejemplo, en el Departamento de la Protección al Adulto Mayor tratan de “hacer que las familias cuiden de sus adultos mayores” en vez de ponerlos en un asilo (Maria Elena Valencia O., 20/4/15) y en el Hogar Luz, las familias tienen que firmar un contrato que sí van a visitar a sus parientes internos y no van a abandonarlos (Lenny Claras Camacho, 30/4/15). Además, este entusiasmo hacia el tema de la familia fue repetido en casi cada entrevista.

Sin embargo, aunque casi todos necesitan y valoren a la familia, lo que significa la “familia” es diferente para cada participante. He separado las definiciones de qué es la “familia” en tres categorías generales: los que piensan que la familia tiene que cuidar a los adultos mayores, los que creen que la familia debe estar presente y los que definen “tener familia” como llamadas por teléfono o Skype. Primero, algunas personas, pero sólo una de las personas mayores, insisten en que la familia tiene que cuidar de su adulto mayor y, preferiblemente, en su casa. Un participante dijo que lo mejor es cuando “la familia cuida del adulto mayor cuando no puede cuidarse a si mismo (René Averanga, 20/4/15) y la única cuidadora repitió esto con su experiencia de cuidar de su esposo, diciendo que “es maravilloso poder verlo con una vida tranquila y alrededor de personas que lo aman” (Carmela Jordán Aramayo, 22/4/15). La segunda definición de qué es tener familia es que la familia tiene que estar presente, preferiblemente para vivir junto con sus padres (o abuelos) o para visitarlos muy frecuentemente. Una de las mujeres ejemplifica esto, porque, cuando sus hijos la visitan cada domingo se hablan más entre ellos que con

ella, pero está muy contenta sólo por tener su presencia en la casa (Diario del campo, 23/4/15). El último significado de familia, que escuché, es a propósito de las llamadas que demuestran que la familia está pensando en su pariente mayor. Varias dijeron que no sienten la falta de sus hijos cuando están fuera de Cochabamba porque las llaman con mucha frecuencia y las visitan cuando pueden (Hilda Pinto, 22/4/15; Enriqueta Alarcón, 23/4/15). Además, varias dijeron que tener familia sólo es tener alguien que se preocupa por ellas, aunque no tienen que estar presentes (Graciela Guzmán Campuzano, 1/5/15; María Eugenia M. de Salinas, 30/4/15).

Más con este tema que con los otros, todas me contaron si se sienten contentas y satisfechas o no con su necesidad de tener la familia; 10 de las participantes me dijeron que sí y 7 me dijeron que no. La satisfacción con la situación de las familias estaba muy presente en los hogares privados (Hogar Luz y CEREGGER) donde me contaron que las familias están muy involucradas en las vidas de los internos y, en Hogar Luz, durante las aproximadamente dos horas que pasé allí, vi cuatro visitas a los 20 internos (Diario del campo, 30/4/15). Muy notablemente, la mayoría de los que se sienten más satisfechos con la situación, con su familia, tienen mucho contacto, con su familia, más que llamadas, y ninguna de las mujeres que dijo que las llamadas son suficientes para hacerlas felices, sólo tienen llamadas de su familia. Por ejemplo, una de estas mujeres dijo que sí se siente “acompañada” con solo las llamadas, pero también se va a mudar hasta La Paz para vivir con su hijo (Graciela Guzmán Campuzano, 1/5/15). En total, de las que están más contentas, cuatro viven con sus hijos y seis reciben visitas por lo menos dos veces por semana. Además, hay ejemplos de hijos haciendo cosas que demuestran mucha dedicación a sus papás, por ejemplo viniendo de otros departamentos cada fin de semana

para visitar a su mamá (Graciela Flores Sargero, 24/4/15). La correlación entre las personas que tienen mucha presencia de sus hijos y las que están más satisfechas en su necesidad de tener familia, es fuerte, y esto pone en duda la definición que insiste que las llamadas y pensar en sus papás sea suficiente para que uno de la tercera edad se sienta bien.

Como contraste, las participantes que me dijeron que no se sienten apoyadas por sus familias, enfatizaron las ideas de olvido y abandono por parte de los hijos, debido a causas como la falta de gratitud de los hijos, cambios en la sociedad hacia demasiada independencia (María Eugenia M. de Salinas, 30/4/15) y la avaricia de los hijos quienes quieren sus herencias (María Elena Valencia Orodóñez, 20/4/15). Aunque estas ideas estaban presentes en muchas de las entrevistas de personas no satisfechas con sus familias, las situaciones en que se encuentran son muy diferentes. Algunas de las mujeres realmente no tienen familias; la policía y la defensoría pública llevan personas mayores de la calle a los hogares cuando no tienen a nadie (Sor Alicia de Asunción Jaimes Álvarez, 27/4/15; Cecilia Madragón Pinaya, 4/5/15). Otras sí, tienen familias pero no tienen contacto con ellas, como una que dijo que “tengo familia en La Paz que no me llaman, ni me importan” (Natividad Garnicas, 21/4/15) u otra que se quejó que “mis hijos me olvidaron” (Doña Isla, 27/4/15). Estas dos situaciones son más comunes en los hogares públicos (Hogar San José y Asilo de Ancianos Buen Pastor) y en estos lugares casi no vi ninguna visita (Diario del campo, 4/5/15). Por otro lado, hay algunas que sí tienen familias que las visitan pero igual no se sientan satisfechas, por ejemplo una que vive con uno de sus hijos pero los otros viven afuera (Angélica Loza Viveros, 24/4/15) y



otra que tiene visitas de sus primos dos veces por semana pero siente que su vida “es caracterizada por una soledad tremenda” (Tita Requena Renjes, 30/4/15).

Para concluir el tema de la familia, vale la pena enfatizar otra vez que los participantes valoran mucho la familia. A pesar de las varias mujeres que dijeron que las llamadas son suficiente para estar satisfechos con la familia, los resultados de quién se siente satisfecho y quién no, indican que los que viven con o tienen muchas visitas de sus hijos, son los más contentos y los que se sienten olvidados o abandonados por sus familias no se sienten satisfechos. Sobre todo, parece que lo que las mujeres cochabambinas de la tercera edad necesitan es pasar tiempo con sus familias.

#### La comunidad de adultos mayores

Diez de las participantes mencionaron su necesidad de la comunidad de otros adultos mayores. Aunque experimenté esta comunidad en las clases de la Asociación Cochabambina de la Tercera Edad y la UNI3, tengo certeza de que hay otras comunidades, formales e informales, de las que forman parte mis participantes y otras mujeres mayores en Cochabamba. Estas organizaciones sociales son comunidades que significan más que simplemente una oportunidad para aprender algo o hacer ejercicios; son lugares para formar amistades y, como describen algunas “una segunda familia” (Estela Mercado, 6/5/15; Margot Arteaga, 23/4/15). Estas amistades son tan importantes que un participante inclusive dijo que son más importantes que la familia para ella y que “las respetan y las quieren mucho” (María Eugenia M. de Salinas, 30/4/15). Además se ve esta importancia en los valores institucionales de la UNI3, que trata de hacer

actividades grupales para que los participantes puedan conocerse mejor y hacer amistades (Estela Mercado, 6/5/15).

Como la familia, la amistad y la comunidad de otros adultos mayores son importantes para las personas por una variedad de razones. Primero, para algunas, la comunidad significa apoyo moral en épocas difíciles de su vida, como cuando fallece alguna persona importante para ella (Margot Arteaga, 23/4/15). Segundo, algunas que se sienten solas, especialmente en los hogares, consideran que sus amigos son su única compañía (Irma García Vargas, 27/4/15). Otro rasgo importante sobre la comunidad de adultos mayores es que pueden entenderse bien porque están en la misma época de su vida (Florinda Padilla, 23/4/15; Enriqueta Alarcón, 23/4/15; Hilda Vaca, 1/5/15), por ejemplo, una de las mujeres dijo que sus amigos de la misma edad “tienen los mismos intereses, deseos y problemas” que ella (María Eugenia M. de Salinas, 30/4/15). La cuarta definición que observé sobre los amigos, es que pueden servir como cuidadores; en el Hogar San José, observé que una mujer de 106 años estaba durmiendo cuando otra mujer le dijo que era hora de que ella durmiera y la llevó a su cuarto en su silla de ruedas (Diario del campo, 27/4/15). Además, las clases de las organizaciones de personas mayores se relacionan con varios otros temas, como, por ejemplo, la salud (tanto mental como física), a la que las amistades y los ejercicios de las clases ayudan (Estela Mercado, 6/5/15) y el deseo de estar activa, porque las clases les dan a algunos la motivación de salir de la casa (Graciela Flores Sargero, 24/4).

Lo interesante sobre el tema de la comunidad de adultos mayores es que parece una necesidad compartida por las personas, en cada situación. Por ejemplo, los participantes que viven solos pusieron mucho énfasis en sus amistades (Alicia León,

21/4/15; Natividad Garnicas, 21/4/15). Sin embargo, no sólo son los que viven solos, los que valoran las amistades, por que hay una mujer que vive con sus hijo pero igual necesitaba el apoyo de la comunidad de adultos mayores para sentirse mejor después de la muerte de otra persona en su familia (Alina Montero, 20/4/15). Parece que las mujeres cochabambinas mayores de edad necesitan el apoyo de personas de su misma edad sin tener en cuenta su situación de vivienda o su relación con la familia.

### La salud

Los varios tipos de salud—física, mental y espiritual— fueron indicados, por seis de los participantes, como una necesidad muy importante para tener una tercera buena edad. Una de las metas de la Asociación Cochabambina de la Tercera Edad es promover la salud de las personas mayores porque la consideran algo muy importante (Rene Averanga, 20/4/15) En mis entrevistas, las personas que más mencionaron la importancia de la salud son las que no tienen mucho apoyo de su familia como algunas que me dijeron que tienen miedo de enfermarse porque “no hay quién nos cuide ” (Alicia León, 21/4/15; Natividad Garnicas ,21/4/15).

La definición de la salud que me dieron los participantes incluye varios tipos de salud, porque, según ellos, la salud mental, emocional, física y espiritual, están vinculadas. Por ejemplo, en la UNI3, una organización que también valora la salud, tratan todo tipo de salud, juntos, porque todo afecta a lo otro; por lo tanto, hay clases que trabajan el cuerpo (ejercicios osteomusculares), la mente (los talleres de memoria) y el espíritu (yoga, tai chi, meditación) (Estela Mercado, 6/5/15). Además, otras de las mujeres atestiguaron que su salud física ha ayudado mucho a su salud emocional y

mental, como algunas que empezaron a seguir las clases de ejercicios en la UNI3 y empezaron a sentirse mejor psicológicamente (Alina Montero, 20/4/15; Margot Arteaga, 23/4/15). Aunque es muy válida esta conexión entre la salud mental y física, es importante tomar en cuenta que no se puede separar estas clases de ejercicio y sus efectos en la comunidad y las amistades que hay allí.

Relacionado con esto, muchos de los participantes han incluido en su análisis del tema de la salud, otros factores que impactan su salud. Por eso, es imposible analizar la necesidad de la salud sin tocar estos otros factores. Algunos de los participantes indicaron que su salud física y mental mejoraron con el inicio de su participación en actividades en la comunidad de los adultos mayores, como una que participa en un coro de adultos mayores llamado Centro Cultural Voces y Coro del Valle, quien atribuyó su mejoramiento en la salud, a la música (Hilda Vaca, 1/5/15). Además, el tema de la salud se cruza con el tema de lo económico. Un ejemplo de esta intersección es la idea de que los que tienen el seguro de salud del adulto mayor (SSPAM) no tienen una buena atención y tienen que cuidar su salud más que otros que tienen seguro de salud privado (Natividad Garnicas, 21/4/15; Alicia León, 21/4/15). Aunque el Departamento de la Protección del Adulto Mayor está intentando enseñarles a los adultos mayores como usar su seguro de salud del adulto mayor, para tener mejor atención, muchos adultos mayores no saben como funciona el sistema (María Elena Valencia O., 20/4/15). Relacionando, mis observaciones, me di cuenta de que hay una discrepancia entre la atención de los servicios de salud, en los hogares públicos y privados, debido al número de pacientes mayores en los hogares públicos (Diario del campo, 27/4/15 y 30/4/15). En los hogares privados, les cobran, por ejemplo, en el CEREGGER, 4.500 bolivianos por mes, un

precio que impide que las personas de clases de bajos recursos económicos tengan servicios de este nivel (CEREGGER, 28/4/15). Las diferentes situaciones financieras hacen que el problema de la salud sea más grave para algunos de los adultos mayores que para otros.

Muchas veces en mi investigación, el tema de la salud fue mencionado porque es algo que toca a tantos otros temas de la tercera edad. Una de las participantes dijo que “todos quieren estar bien” (Angélica Loza Viveros, 24/4/15), pero, aunque parece que la salud fuera un tema que le tocaría a todos, parece que el número de los participantes que valora la salud, depende mucho de su nivel de independencia. Los que viven solos pusieron más énfasis en este tema por el hecho de que tienen que cuidarse a si mismos, mientras que la mayoría de las mujeres ni mencionaron el tema de salud en su respuesta sobre sus necesidades en la tercera edad.

#### La seguridad económica

Cinco de los participantes mencionaron la seguridad económica, pero, aunque no parezca por los pocos que la señalaron, es un tema muy importante, porque es algo que separa las experiencias y las prioridades de las mujeres cochabambinas de la tercera edad. En esta sección, es crucial recordar las estadísticas demográficas sobre Bolivia que destacan la desigualdad económica en Bolivia y cómo, por ejemplo, afecta los servicios de salud y la salud misma de los adultos mayores (Zerda, 2004, p. 61), algo similar a mis observaciones sobre las diferencias entre la calidad de atención en los hogares por razones económicas. Aunque esta investigación tiene poca diversidad económica, hay ejemplos de esta desigualdad, como algunos solo tienen la renta dignidad como ingreso

(Cecilia Madrogón Pinaya, 4/5/15) mientras otros reciben una renta de jubilación (Alicia León, 21/4/15). Por eso, hasta en este grupo hay perspectivas extremadamente diferentes sobre el papel del dinero para una buena tercera edad.

Por un lado, algunas de las personas fueron enfáticas en sus entrevistas a cerca de que el dinero no le importa a la tercera edad y que hay cosas más importantes. Una mujer insistió que es más importante que los adultos mayores se sientan útiles, diciendo que uno puede darles caridad económica a los adultos mayores pero esto no ayuda porque necesitan sentirse útiles (Graciela Guzmán Campuzano, 1/5/15). Otra mujer valora más a la familia, diciendo que “aunque un hijo le da a sus papás todo lo material o mucho dinero, no estarán felices sin el cariño y la atención” (María Eugenia M. de Salinas, 30/4/15). Aunque es importante respetar las opiniones de estas mujeres, es difícil saber si opinan así porque, como Maslow argumentaría, ya tienen sus necesidades materiales satisfechas; en esta investigación, por lo menos, las únicas personas que dijeron que la seguridad económica no es importante también habían dicho que no tienen que preocuparse por su situación financiera. Por otro lado, entre las participantes de esta investigación, son pocas las que ven el dinero como una necesidad para tener una tercera edad feliz. Una mujer enfatizó que sí, se preocupa por su situación económica y que cada centavo cuenta para ella (Angélica Loza Viveros, 24/4/15) y otro participante dijo que los mayores de edad tienen que aprender a cuidar de su propio dinero (Rene Averanga, 20/4/15). Fuera de estos participantes, casi ninguno de los otros mencionó el tema del dinero.

Está claro que, en su gran mayoría, las mujeres cochabambinas de la tercera edad con las que trabajé, no consideran la seguridad económica como una de sus mayores

necesidades. Por lo tanto, este tema destaca la necesidad de un estudio sobre el tema de las necesidades de un grupo de mujeres cochabambinas de la tercera edad, que tenga un espectro más amplio de situaciones económicas.

### Otros Temas

Aunque no recibieron tanta atención como los anteriores temas, hubo algunas otras necesidades de interés que mencionaron los participantes durante las entrevistas, como la religión, el respeto de la sociedad, el aprendizaje y el sentimiento de utilidad.

La religión es un tema interesante, porque para un país que es mayormente católico, pocas personas la mencionaron. Es más, los resultados son muy extremos, porque dos mujeres dijeron que Dios es la cosa más importante para ellas y casi ninguno de los otros participantes lo mencionaron. Un aspecto de la religión que fue mencionado como una necesidad, es la comunidad religiosa, representada por el desplazamiento desde el Hogar Luz, al otro lado de la ciudad, que hace cada domingo una de las mujeres (Nancy Elena Montaña, 30/4/15). El otro aspecto de la religión que indicaron algunas participantes fue el apoyo de Dios mismo, algo que describió una mujer como “Dios es mi mayor apoyo” (Irma García Vargas, 27/4/15). En este tema, no hay patrones de personas que indiquen que la religión sea una necesidad importante en su vida, sino que vienen de cada situación de vivienda, familia y economía.

Algunos de los participantes dijeron que el respeto de la sociedad es importante para los adultos mayores, pero casi todos estaban de acuerdo de que esta necesidad no está satisfecha y que hay una falta de respeto hacia los mayores. Algunos culpan a los estereotipos negativos como que los adultos mayores son “mendigos” (Graciela Guzmán Campuzano, 1/5/15) o “tristes, débiles y pobres” (Rene Averanga, 20/4/15). Otros se quejaron de la falta de apoyo que la sociedad da al adulto mayor, algo que una describió como “ni la familia ni la sociedad nos da apoyo, sino nos conduce a la soledad” (Graciela Guzmán Campuzano, 1/5/15). Casi todos atribuyeron esta falta de respeto a la falta de educación de los jóvenes sobre el tema de la tercera edad, algo que la Asociación Cochabambina de la Tercera Edad está intentando solucionar (Rene Averanga, 20/4/15). La única mujer que sí se siente satisfecha al respecto de la necesidad de tener el apoyo de la sociedad también mencionó a los jóvenes, diciendo que ellos sí, se levantan en los micros y siente que todos les cuidan en la calles (Angélica Loza Viveros, 24/4). Sin embargo, todos están de acuerdo que los jóvenes son clave en la búsqueda del respeto hacia los mayores.

El aprendizaje fue un tema bastante importante para los que sí lo mencionaron, como una que dijo que “tener una mente buena es lo más importante” y que “todos tiene que seguir trabajando la mente” (Estela Mercado, 6/5/15) y otra que tuvo un gran cambio en su vida después de aprender a tocar la mandolina en su tercera edad (Hilda Vaca, 1/5/15). Un poco similar al tema de aprender es el tema de sentirse útil. Algunas me contaron de la dificultad que tuvieron cuando no se sentían útiles por cambios de su estado físico (Margot Arteaga, 23/4/15) y varios de los directores de las organizaciones para la tercera edad enfatizaron que hacen la terapia ocupacional para que los adultos



mayores puedan sentir que están contribuyendo algo. Estos dos temas demuestran que la necesidad de seguir trabajando la mente y el cuerpo por su propio bien y para contribuir en algo a otros, es algo muy importante para algunas personas mayores.

## **Conclusiones**

Las mujeres cochabambinas de la tercera edad quienes participaron en mi investigación subrayaron su necesidad de la familia, la amistad de otros adultos mayores, la salud, la seguridad económica, la religión, el respeto de la sociedad, el aprendizaje y un sentimiento de utilidad y que el número de estas necesidades satisfechas depende muchísimo de la situación única de cada persona, incluyendo su situación de vivienda, de economía, de familia y de su personalidad. Además, los temas que mencionaron los participantes están muy relacionados y dependen de los otros para su satisfacción. A pesar de todas estas diferencias en cada persona y las relaciones entre los temas, hay un gran patrón que refleja las respuestas de casi todos los participantes (aunque siempre hay personas fuera de un patrón): sin tener en cuenta la posición social, todos mis participantes valoran la familia y las amistades, o sea, lo social. En este caso, como Majercsik (2005) sugirió en su estudio, los participantes de mi estudio valoran más los factores sociales que los factores fisiológicos o de seguridad. Aunque este resultado puede ser diferente para grupos sociales diferentes, concluyo que para las mujeres cochabambinas de la tercera edad con las cuales trabajé, la familia y las amistades de su comunidad de adultos mayores son sus necesidades más claves para tener una buena tercera edad.

Este enfoque en lo social más que en lo económico o la salud puede ser un reflejo de la población de esta investigación, entonces creo que este resultado hace que sea necesario, investigar más, en el futuro. Sería ideal hacer un estudio que tomara en cuenta, todos los variables mencionados arriba, como el estatus socio-económico, la religión, el estatus migratorio etc. dentro de todas las clases de cochabambinos de la tercera edad para ver si el resultado fuera muy diferente. Aunque sí, es crucial entender la perspectiva de las mujeres con las que trabajé, para que la sociedad, el gobierno y las organizaciones de apoyo a la tercera edad cochabambina, se adapten a las necesidades de los adultos mayores—identificadas por ellos mismos—, es necesario que ellos tengan una visión que incluya las necesidades, de todo tipo, del adulto mayor, en Cochabamba.

Además, es extremadamente crucial que estas entidades—la sociedad, el gobierno, las organizaciones de apoyo y las familias—hagan esfuerzos para entender cuáles son las prioridades de los adultos mayores en Cochabamba para que puedan respetar sus deseos y su cuidado pueda reflejar sus prioridades. Según los resultados de este estudio, recomiendo que las tentativas de ayudar a los adultos mayores, en vez de enfocarse solamente en la salud o lo económico, como el gobierno hace ahora con el SSPAM y la Renta Dignidad (cosas que también son importantes para los adultos mayores), deben enfocarse más en los aspectos emocionales de los adultos mayores promoviendo el respeto y el cariño de la familia y relacionando a los adultos mayores a las comunidades de adultos mayores. Así, todas las personas adultas mayores podrían tener satisfechas las necesidades más importantes detectadas en esta investigación: una red de apoyo de la familia y las amistades.



## Bibliografía

- Bowling, A. (2005). *Ageing Well: Quality of Life in Old Age*. Milton Keynes, UK: Open University Press.
- Bowling, A. (2007). Aspirations for older age in the 21st century: What is Successful Aging? *The International Journal of Aging and Human Development*, 64(3), 263-297.
- Bowling, A. y P. Dieppe. (2005). What is Successful Ageing and Who Should Define It? *British Medical Journal*, 331(7531).
- De Vos, Susan. (1986). *Living arrangements of older people in six Latin American countries*. Center for Demography and Ecology, University of Wisconsin-Madison.
- Fernández-Ballesteros, R., Garcia, L. F., Abarca, D., Blanc, E., Efklides, A., Moraitou, D., Kornfeld, R., Lerma, A.J., Mendoza-Numez, V.M., Orosa, T., Paul, C., & Patricia, S. (2010). The concept of ‘ageing well’ in ten Latin American and European countries. *Ageing and Society*, 30(01), 41-56.
- HelpAge International. (2015). Oficina País Bolivia La Paz, Bolivia
- Hörnqvist, J. O. . (1982). The Concept of Quality of Life. *Scandinavian Journal of Social Medicine*, 10(2), 57.
- Hyde, M., R.D. Wiggins, P. Higgs, D.B. Blane. (2003). A measure of quality of life in early old age: The theory, development and properties of a needs satisfaction model (CASP-19). *Aging & Mental Health*, 7(3),
- Instituto Nacional de Estadística. (2012). *Bolivia: Características de población y vivienda- Censo nacional de población y vivienda 2012*. La Paz, Bolivia
- Instituto Nacional de Estadística. (2001). Cochabamba- Población por sexo según grupos quinquenales de edad y edades simples, 2001.
- Johnson, R. (2008) “Choosing Between Paid Elder Care and Unpaid Help from Adult Children: The Role of Relative Prices in the Care Decision.” en Davey, A., & Szinovácz, M. (2008). *Caregiving Contexts: Cultural, Familial, and Societal Implication*. New York: Springer Pub.
- Knight, T. & L. Ricciardelli. (2003). Successful Aging: Perceptions of Adults Aged between 70 and 101 years. *The International Journal of Aging and Human Development*, 56(3).

- La familia, principal agresor del adulto mayor. (26/08/2012). *Los Tiempos*.
- Litwin, H. (2005). Correlates of successful ageing: are they universal? *International Journal of Ageing and Human Development*, Vol. 61, No. 4, pp. 313–33.
- Majercsik, E. (2005). Hierarchy of Needs of Geriatric Patients. *Gerontology*, 51(3), 170-173.
- Maslow, Abraham. (1968). *Toward a Psychology of Being*. New York: Van Nostrand.
- McConatha, JT., Schnell, F., Volkwein, K., Riley, L., and Leach, E. (2003). *Attitudes toward aging: a comparative analysis of young adults from the United States and Germany*. *International Journal of Aging and Human Development*, Vol. 57, No. 3, 2003, 209-215.
- McKenna, S., L. Doward, J. Alonso, T. Kohlmann, M. Niero, L. Prieto y L. Wíren. (1999). The QoL-AGHDA: An Instrument for the Assessment of Quality of Life in Adults with Growth Hormone Deficiency *Quality of Life Research*, 8(4), 373-383.
- Obrien- Suric, N. (2011). *A cross-national comparison of perceptions of aging and older adults*. Available from ProQuest Dissertations & Theses Full Text; ProQuest Dissertations & Theses Global. (858375523).
- Organización Iberoamericana de Seguridad Social. (2006). Situación, necesidades y demandas de las personas mayores en Bolivia, Colombia, Costa Rica, Ecuador y México. Madrid, España
- Phelan, E., L. Anderson, A. Lacroix y E. Larson (2004). Older Adults' Views of "Successful Aging"-- How Do They Compare to Researchers' Definitions? *Journal of the American Geriatrics Society*, 52(2), 211-216.
- Ryff, C.(1989). In the eye of the beholder: Views of psychological well-being among middle-aged and older adults. *Psychology and Aging*, 4(2), 195-210.
- Salazar, C., Jiménez, E., & Wanderley, F. (2010), *Migración, cuidado y sostenibilidad de la vida*. Bolivia: CIDES-UMSA.
- Salazar, C., Castro-Mantilla, M.D., & Medinaceli-Monrroy, M. (2011). *Personas adultas mayores: desiguales y diversas—políticas públicas y envejecimiento en Bolivia*. Bolivia: Help Age International.
- Tate, R., L. Lah y T. E. Cuddy. (2003). Definition of Successful Aging by Elderly Canadian Males: The Manitoba Follow-Up Study. *The Gerontologist*, 43(5), 735-744.

United Nations Department of Economic and Social Affairs. (2005). *Living Arrangements of Older Persons Around the World*. New York: United Nations.

Valencia Achá, M.. (01/02/2012). Tercera edad será el 14% de la población en 2020, *Cambio*.

Yoon, C., Hasher, L., Feinberg, F., Rahhal, T., & Wincour, G. (2000). *Cross-cultural Differences in Memory: the Role of Culture-Based Stereotypes about Aging*. Psychology and Aging, Vol. 15, No. 4, December 2000.

Zerda, M.. (2002). Plan Consulta sobre la situación de las personas de edad en Bolivia. La Paz, Bolivia: HelpAge International.

Zerda, M.. (2004). *Vejez y pobreza en Bolivia: la visión de las personas de edad*. La Paz, Bolivia: Prisa Ltda.

## Apéndices

1.

Entrevistas:

- ❖ Dra. María Elena Valencia Ordoñez, Directora del Departamento de la Protección del Adulto Mayor del Municipio de Cochabamba (20/4/15)
- ❖ René Averanga Moya, Presidente de la Organización Cochabambina de la Tercera Edad (20/4/15)
- ❖ Alina Montero, persona de la tercera edad (20/4/15)
- ❖ Alicia León y Natividad Garnicas, personas de la tercera edad (21/4/15)
- ❖ Carmela Jordán Aramayo, cuidadora de su esposo (22/4/15)
- ❖ Hilda Pinto Gautiér, persona de la tercera edad (22/4/15)
- ❖ Margot Arteaga, persona de la tercera edad (23/4/15)
- ❖ Florinda Padilla C. y Enriqueta Alarcón, personas de la tercera edad (23/4/15)
- ❖ Angélica Loza Viveros, persona de la tercera edad (24/4/15)
- ❖ Graciela Flores Sargero, persona de la tercera edad (24/4/15)
- ❖ Sor Alicia de Asunción Jaimes Álvarez, Vice-Madre Superiora del Hogar San José (27/4/15)
- ❖ Doña Jacinta, persona de la tercera edad (27/4/15)
- ❖ Irma García Vargas y Doña Elsa, personas de la tercera edad (27/4/15)
- ❖ Lenny Claras Camacho, Administradora Hogar Luz (30/4/15)
- ❖ Nancy Elena Montaña Herbozo, persona de la tercera edad (30/4/15)
- ❖ Tita Requeña Renjes, persona de la tercera edad (30/4/15)
- ❖ María Eugenia M. de Salinas, persona de la tercera edad (30/4/15)
- ❖ Graciela Guzmán Campuzano, persona de la tercera edad (1/5/15)
- ❖ Hilda Vaca, persona de la tercera edad (1/5/15)
- ❖ Cecilia Modragón Pinaya, Secretaria del Asilo de Ancianos Buen Pastor (4/5/15)
- ❖ Lizel Estela Mercado M., Directora de la UNI3-Cochabamba y persona de la tercera edad (6/5/15)
  
- ❖ Presentación de los administradores del Centro de Rehabilitación Geronto Geriátrica Integral, (CEREGGER), 28/4/15

2.

Preguntas para las personas mayores

- Datos generales: Cuéntame sobre tu vida
  - nombre
  - edad
  - profesión/ocupación (ahora o del pasado)
  - lugar de nacimiento
  - género
  - estado civil
- Ideas sobre la tercera edad
  - ¿Qué necesitas para tener una tercera buena edad?
- Cuidado

- [Fuera de los hogares]
  - ¿Con quién vives?
  - ¿Cómo llegaste a vivir allí?
  - ¿Hace cuanto tiempo?
  - ¿Te gusta vivir allí?
- [En los hogares]
  - ¿Cómo llegaste a vivir en este lugar?
  - ¿Hace cuanto tiempo?
  - ¿Te gusta vivir aquí?
- Apoyo
  - Social
    - ¿Quiénes son las personas que le apoyan? ¿Cómo?
    - ¿Fuera de su familia, quien le apoya? ¿Cómo?
  - Económico
    - ¿De quién recibes algún apoyo económico?

#### Preguntas para las organizaciones/ oficiales del gobierno

- ¿Qué hace su organización?
- ¿Cuáles son las poblaciones con las cuales trabajan?
  - ¿Cómo llegan a su organización?
  - ¿Cuáles son las mayores necesidades de estos adultos mayores?
- Para los hogares:
  - ¿Cómo son sus relaciones con sus familias?
  - ¿Por qué ponen sus parientes mayores en un hogar?
- ¿Conoce Ud. a alguien/una familia a quién, quizás, le gustaría ser entrevistado?
- ¿Puedo contactarlo/la en el futuro si tengo más preguntas?
- ¿Le gustaría tener una copia del proyecto final?

#### Preguntas para las familias

- ¿Qué necesita uno para tener una vejez buena y digna?
- ¿Quién cuida del [adulto mayor de su familia]? ¿Dónde vive?
  - ¿Hace cuánto tiempo que vive allí?
  - ¿Cómo llegó a vivir allí?
  - ¿En qué necesita ayuda o apoyo?
  - ¿Qué te gusta sobre esto?
  - ¿Qué no te gusta?
- ¿Quién apoya más a [su adulto mayor]? [personas o organizaciones]
  - ¿En qué?
- Preguntas de contacto
  - ¿Conoce Ud. a alguien/una familia que quizás le gustaría ser entrevistado?
  - ¿Puedo contactarlo/la en el futuro si tengo más preguntas?
  - ¿Le gustaría tener una copia del proyecto final?



## Contactos

- ❖ Asilo de Ancianos Buen Pastor
  - Calle Santibañez N 680 entre Suipacha y Falsuri
  - Teléfono: 4259325
- ❖ René Averanga
  - Presidente Asociación Cochabambina de la Tercera Edad
  - Teléfono Fijo: 4016450, Celular: 675-27826
  - Email: [abuereneaveranga@hotmail.com](mailto:abuereneaveranga@hotmail.com)
- ❖ Centro de Rehabilitación Geronto Geriátrica Integral (CEREGGER)
  - Av. Juan Pablo II N 130 entre Napoleon Medrano y Rafael Torrico (km. 4 ½ Av. Blanco Galindo, 2 cuadras al Norte)
  - Teléfono: 4282941
- ❖ Departamento de Protección del Adulto Mayor del Municipio de Cochabamba
  - Antiguo Hospital Viedma, esquina Av. Aniceto Arce y Av. Oquendo
- ❖ Hogar Luz
  - Calle Auki Tupac #1550, frente al parque Kjarkas (Zona Norte)
  - Teléfono: 4288923, 4245715
- ❖ Hogar San José
  - Calle Tumusla entre Mayor Rocha y México
  - Teléfono: 4525300
- ❖ Lizel Estela Mercado M.
  - Directora UNI3
  - Teléfono Fijo: 4459616, Celular: 717-25031
  - Email: [uni3cochabamba@yahoo.com](mailto:uni3cochabamba@yahoo.com)